

## **Carta a la comunidad: 1 de septiembre de 2020**

¡Hola, Condado de Thurston! ¡Se acerca el fin de semana del Día del Trabajo! Mientras disfruta del fin de semana largo y se toma el tiempo para conectarse con la familia y los seres queridos, recuerde limitar sus reuniones a 10 personas o menos, reunirse al aire libre cuando sea posible, mantener al menos 6 pies de distancia entre usted y los miembros que no sean de su hogar y use una mascarilla. ¡Estas simples medidas pueden ayudar a retrasar la propagación de COVID-19 en nuestra comunidad!

En julio, experimentamos un aumento significativo en nuestras tasas de transmisión y durante nuestras investigaciones, descubrimos que las celebraciones del 4 de julio contribuyeron significativamente a este aumento. Sigamos tomando en cuenta el uso de tapabocas y mascarillas, el distanciamiento y la limitación de los contactos domésticos externos pues es esencial para reducir el índice de transmisión y progresar hacia un regreso seguro a la vida pública. Espero sinceramente que no veamos un aumento en los casos de COVID-19 asociados con reuniones durante el fin de semana del Día del Trabajador.

Aprecio y he disfrutado las preguntas que me han estado enviando. Esta semana, he seleccionado 3 más para responder.

### **Pregunta 1: Si me diagnosticaran COVID, ¿cómo funcionaría el seguimiento de contactos en el condado de Thurston? ¿Otros condados de Washington hacen el mismo tipo de seguimiento?**

¡Excelente pregunta! Una vez que un residente del condado de Thurston da positivo por COVID-19, el resultado se informa a los Servicios Sociales y de Salud Pública del Condado de Thurston (PHSS) y un miembro del personal de Investigación de Enfermedades de COVID-19 comienza una investigación del caso. El miembro del personal se comunicará con la persona que dio positivo en la prueba, le informará sobre el resultado de la prueba y le dará instrucciones para que se aisle durante al menos 10 días y que no tenga fiebre durante 24 horas sin tomar medicamentos. El investigador del caso también pondrá a todos los demás en su hogar en cuarentena.

Luego, el investigador del caso realizará una entrevista para preguntar sobre las áreas de exposición de alto riesgo, como viajar, estar en contacto con alguien que está enfermo o asistir a eventos. Los investigadores también preguntarán al caso positivo con quién pasaron más de 15 minutos, a una distancia de 6 pies o menos durante su período infeccioso, que se define como 48 horas antes de que comiencen los síntomas o 48 horas antes de una prueba positiva para aquellos que no tienen síntomas. Cada una de esas personas sería considerada un contacto cercano.

Los investigadores de contactos llaman a cada contacto cercano identificado y les indican que se hagan una prueba de COVID-19 según las pautas del Departamento de Salud del Estado de Washington, incluso si son asintomáticos. Si dan negativo, deben permanecer en cuarentena durante 14 días. Si dan positivo, deben aislarse durante al menos 10 días y permanecer sin fiebre durante 24 horas, sin medicamentos, antes de que ya no necesiten aislarse. Toda la información obtenida a través de investigaciones de casos y rastreo de contactos permanece confidencial y el nombre de la persona no se comparte con los contactos. Si alguien ha dado positivo en la prueba, tiene la obligación de notificar a su empleador. PHSS a menudo pedirá listas de personas en turno al mismo tiempo que la persona que dio positivo en la prueba para ayudar en el rastreo de contactos. Este

método de investigación de casos y rastreo de contactos es similar en todos los condados del estado de Washington.

**Pregunta 2: ¿Qué tan pronto después de la exposición debo hacerme la prueba? Por ejemplo, si me bajo de un avión e inmediatamente me hago una prueba de COVID-19, ¿mostrará con precisión si me contagié de COVID-19 durante ese viaje en avión?**

Gracias por mencionar este tema, ya que puede resultar confuso. Permítanme primero hablar un poco sobre las pruebas disponibles.

- Prueba de PCR viral: estas pruebas verifican el material genético del virus. Para realizar esta prueba, se toma una muestra de la nariz, nasofaringe (final del conducto nasal) o garganta del paciente. Luego, el laboratorio compara el material genético del hisopo con el material genético conocido del virus SARS-CoV-2 y, si hay una coincidencia, el resultado de la prueba es positivo. Una persona que da positivo a COVID-19 con una prueba de PCR es un caso confirmado.
- Prueba de antígeno: estas pruebas buscan proteínas virales. Aunque estas pruebas se han vuelto más confiables con el tiempo, no son tan confiables como las pruebas de PCR y una prueba de antígeno positiva se clasifica como un caso probable.
- Prueba de saliva: se están desarrollando, muchas de las cuales utilizan PCR para detectar el virus.
- Prueba de anticuerpos: son análisis de sangre y pruebas de proteínas inmunitarias que el cuerpo produce para combatir el virus. Las pruebas de anticuerpos muestran si una persona estuvo expuesta al virus, pero no diagnostican una infección activa ni brindan información sobre el estado de inmunidad.

Para que funcionen las pruebas de PCR viral y de antígeno, se debe obtener una buena muestra y el paciente que se está analizando debe estar eliminando activamente el virus. El período de incubación, o el período de tiempo entre el momento en que una persona se infecta y el momento en que presenta síntomas, es de 2 a 14 días y la diseminación viral puede tardar hasta 5 días en ocurrir después de la infección.

Por lo tanto, si se infectó mientras estaba en un avión, lo más probable es que la prueba sea negativa al final del viaje en avión, pero probablemente la prueba sea positiva 5 días después. Esta es la razón por la que se les pide a los contactos cercanos que realicen una prueba de COVID-19 una vez que sean identificados y contactados. Si los resultados de la prueba de contactos cercanos son negativos, se les indica que se pongan en cuarentena durante 14 días y vuelvan a realizar la prueba si desarrollan síntomas.

**Pregunta 3: Me pregunto si podemos saber cómo el COVID-19 está afectando a los adolescentes y cómo se están recuperando.**

En el condado de Thurston, al 30 de agosto de 2020, ha habido 72 casos en personas entre las edades de 12 y 19, 1 hospitalización y 0 muertes. Si bien las tasas de hospitalización y mortalidad de adolescentes son bajas tanto en el condado de Thurston como en todo el país, los CDC han informado que los adolescentes han muerto de COVID-19 principalmente debido a problemas de salud subyacentes. Los CDC también informaron sobre personas de 18 a 34 años que han tenido síntomas de larga duración, más de 2 a 3 semanas después de contraer la enfermedad, a pesar de no estar lo

suficientemente enfermas como para justificar la hospitalización. Debido a que COVID-19 es una enfermedad nueva, no conocemos los impactos a largo plazo de la infección. Es por eso que alentamos a las personas de todas las edades a observar una distancia física de al menos 6 pies de las personas que no pertenecen al hogar, usar una mascarilla, taparse la boca al toser, evitar reuniones sociales de más de 10 personas y lavarse las manos con frecuencia.

Muchas gracias a todos por sus excelentes preguntas esta semana. Espero responder a sus preguntas de salud pública la próxima semana. Recuerde enviar sus preguntas a [tcphss.pio@co.thurston.wa.us](mailto:tcphss.pio@co.thurston.wa.us). ¡Manténgase seguro este fin de semana!

Deseándoles la mejor salud,

Dimyana Abdelmalek, MD, MPH  
Oficial de salud del condado de Thurston